

Perspektive suradnje integrativne psihoterapije i pastoralne prakse

ANTUN VOLENIK*

UDK: 159.9
Pregledni članak
Primljeno:
15. travnja 2015.
Prihvaćeno:
11. svibnja 2015.

Sažetak: Članak prikazuje nastanak i glavne odrednice integrativne psihoterapije, kao jedne od brojnih psihoterapijskih pravaca, koja nastoji priznati i iskoristiti prednosti drugih pravaca, integrirati ih te stvoriti vlastiti princip i metode koje se razvijaju po ključu većega dobra za klijenta/pacijenta. Iako se bazira na kliničkom radu u Americi i Engleskoj, članak se referira i na europske izvore, uključujući donekle i Hrvatsku. U prvom dijelu članka prikazana je kratka povijest razvoja psihoterapeutskih škola i pravaca te glavna obilježja integrativne psihoterapije. U drugom dijelu članka autor prikazuje mogućnosti i ograničenja općenitoga integriranja duhovnosti u psihoterapiji kao trenda prisutna osobito u zadnjih dvadesetak godina te posebice integriranja kršćanske duhovnosti u terapijski proces gdje se integrativna psihoterapija, upravo zbog svojih mogućnosti eklekticizma i integriranja novoga, pokazuje kao najpogodnija.

Ključne riječi: psihoterapija – povijest, integrativna psihoterapija, duhovnost i psihoterapija, kršćanska psihoterapija.

Uvod

Postoji stara šala u psihoterapeutskim krugovima koja veli: kada za isti problem tražite savjet kod triju različitih psihoterapeuta, dobit ćete četiri različita mišljenja, oslonjena na pet različitih teorija koje se primjenjuju kroz šest različitih tehnika.

Postoji i donekle opravdan razlog za takvo pretjerivanje. Druga polovica 20. stoljeća obilježena je, s jedna strane, naglim rastom zanimanja za psihoterapiju dok se, s druge strane, kao odgovor na ovu potražnju, ali i različite antropološke, društvene i socijalne *inpute* toga vremena, stvarao vrlo šarolik konglomerat različitih psihoterapijskih škola i pravaca. Jedna od posljednjih i danas vrlo prisutnih jest i integrativna psihoterapija. Zadnjih dvadesetak godina mnoge škole pokazuju veliko zanimanje za duhovnost u

* Dr. sc. Antun Volenik,
Filozofski fakultet Družbe
Isusove u Zagrebu,
Sveučilište u Zagrebu –
Hrvatski studiji,
Jordanovac 110, 10000
Zagreb, Hrvatska,
voleniks@gmail.com

svojoj kliničkoj praksi, kao i u definiranju teoretskih postavki. Iako su mnoge od njih imale i imaju teoretičara i praktičara koji nastoje određenu školu prilagoditi ili ugraditi (ovdje ciljano ne koristimo izraz »integrirati«) u sliku čovjeka kako ga razumije kršćanska antropologija, ovaj članak želi ispitati kolike su mogućnosti integrativne psihoterapije na tom planu.

Da bi se dobila bolja slika što se razumijeva pod pojmom integrativne psihoterapije i u čemu se ona razlikuje od simplicističkoga eklekticizma, potrebno je pogledati razvoj psihoterapije, diferencijaciju i svojevrsnu proliferaciju unutar nje. Upravo ta diferencijacija rezultirat će nastankom toliko šarolike terapeutske ponude da se uz standardne škole ili smjerove, danas govori i o različitim tehnikama koje se ne žele svrstati uz neku od priznatih škola. Već za Freudova života mogao se zamijetiti sindrom kompetitivne braće (»sestara« je tada još bilo izuzetno malo)¹ u liku začetnika i pobornika novih pravaca i škola koji se nisu libili »žučljivih rasprava koje bi sličile daleko više ideološkim i osobnim nadmetanjima, nego argumentiranoj znanstvenoj raspravi; što zbog karakternih crta nekad kontradiktornih osobnosti karizmatičkih začetnika pojedine od psihoterapeutskih škola i njihova traženja ekskluziviteta, što zbog impostacije, tj. različitoga naglaska na pozornosti koju valja pridati osobnomu doživljaju blagostanja, subjektivnomu emotivnom svijetu pojedinca koji živi i nosi breme osobne povijesti, konkretne društvene i kulturne zbilje.«² Iako su ove rasprave, barem na teoretskoj razini, uglavnom iza nas te od devedesetih godina prošlog stoljeća primjećujemo različite pokušaje približavanja i razumijevanja, prikaz navedenih rasprava uvelike nam može pomoći u istraživanju koliko je integrativna psihoterapija mjesto udruživanja različitih teorija, a koliko je ona sama teorija *per se*. Isto tako to nam može pomoći u traganju za teoretskim i praktičnim osnovama za integriranje biblijsko-kršćanske slike čovjeka kao *imago Dei* u postavke postojeće psihoterapeutske škole.³

¹ Ovdje slijedimo Sofiju Freud, unuku Sigmunda Freuda, koja je kritizirala svojega djeda te ga zajedno s Carlom G. Jungom nazvala »lažnim prorokom«, aludirajući na njihovo ohrabivanje teoretske ovisnosti i nekritične vezanosti njihovih učenika. Ona predlaže da se osnivače škola radije treba doživljavati kao braću i sestre, a ne kao očeve i majke pojedinoga smjera. Usp. K. EVANS, M. GILBERT, *An Introduction to integrative psychotherapy*, Kindle Edition

² I. ŠTENGL, *Perspektive dijaloga pastoralna i trendova aktualne psihoterapije*, u: *Bogoslovna smotra* 76(2006.)2, str. 430.

³ Od vrlo oskudne literature na hrvatskom jeziku ovim problemom donekle se bavi A. DOMAZET, *Teologija i psihologija: mogućnosti i granice dijaloga*, u: *Filozofska istraživanja* 27(2007.)2, str. 261.-278.

Povijesni osvrt

Iako se povijesni razvoj psihoterapije u početku može lako pratiti slijedeći razvoj psihoanalize te psihodinamskih teorija, čiji su začetnici psihoanalitičari druge generacije sve do pojave i razvoja biheviorizma tridesetih i četrdesetih godina, stvari se kompliciraju pedesetih i šezdesetih godina prošloga stoljeća. Teoretske postavke osobi/klijentu koncentrirane terapije Carla Rogersa u Americi⁴ ili pak logoterapije Viktora Frankla⁵ u Europi nisu se mogle podvesti ni pod jedan do tada vladajući psihoterapeutski pravac. Kako su novi pravci postajali ravnopravni s već do tada prisutnim pravcima, više nije bilo moguće govoriti o nekom dominantnom, *mainstream* pravcu ili školi. Istovremeno, unutar pojedinih pravaca i škola počeli su se oblikovati određeni novi tipovi s karakterističnim prilagodbama. Već tada baratalo se s preko šezdeset različitih tipova psihoterapija, počevši od psihodrame sve do terapije slika koja se bazira na mentalnim slikama i pričama. Pokušaji sistematizacije i standardizacije osamdesetih godina nije uvijek nailazio na prihvatanje već i zbog toga što su starije i etablirane škole, poput psihoanalitičkih i psihodinamskih, već raspolagale ne samo s jačom teoretskom podlogom, dužim kliničkim ispitivanjem već i većim i sigurnijim mjestom na tržištu i (donekle) u zakonodavstvu, što u nekim zemljama, uključujući i Hrvatsku, ni danas do kraja nije definirano.⁶ Devedesete godine prošloga stoljeća obilježene su, napokon, s jedne strane opadanjem ideoloških rasprava te s druge strane približavanjem, uviđanjem neadekvatnosti na određenim područjima svoje vlastite škole te potencijalne vrijednosti drugih. Neki autori išli su tako daleko da su ovaj proces nazivali »revolucija«⁷ ili »metamorfoza«⁸ na području cjelokupnoga rada na mentalnom zdravlju. Kako je Arnold Lazarus navijestio već 1989. godine⁹, sintetiziranje različitih terapijskih koncepata i metoda sve će više uzimati maha. Početni eklekticism ipak će kod određenih autora prerastati u teoretski i klinički, puno promišljeniji i utemeljeniji,

⁴ Upravo tada izlaze njegova dva važna teoretske djela: *Client-Centered Therapy*, 1951. te *Psychotherapy and Personality Change* 1954. godine.

⁵ Njegova najpoznatija knjiga: *Trotzdem Ja zum Leben Sagen: Ein Psychologe Erlebt das Konzentrationslager* (Zašto se niste ubili u hrvatskom prijevodu; *Man's searching for meaning* na engleskom) izlazi 1959. godine

⁶ Usp. T. BABIĆ, Zakonska regulativa o psihoterapiji u Hrvatskoj, u: D. KOZARIĆ-KOVAČIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.), *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., str. 526.-537.

⁷ J. LEBOW, *The integrative revolution in couple and family therapy*, Chicago, 1997., str. 1.-17.

⁸ P. LONDON, Ecumenism in psychotherapy, u: *Contemporary Psychology* 28(1983.)8, str. 507.-508.; D. MOULTRUP, Integration: A coming of age, u: *Contemporary Family Therapy* (1986)8, str. 157-167.

⁹ A. LAZARUS, *The practice of multimodal therapy*, Baltimore, 1989.

sistem integracije¹⁰ koji će dobiti i novo ime – integrativna psihoterapija. Prije nego nešto više o njoj kažemo, potrebno je završiti ovaj kratki povijesni pregled aktualnom situacijom psihoterapeutske scene.

Danas se može govoriti o više od 480 različitih terapeutskih škola, pravaca i metoda.¹¹ Što je od svega toga »prava« psihoterapija? Veličina ovoga članka prijeći nam dublje ulaženje u odgovor na ovo pitanje, no ovdje se referiramo na sve one škole i pravce koji mogu ući u jednu od najsveobuhvatnijih definicija psihoterapije kako ju je osmislio Lewis Wolberg. Naime, on je još 1954. godine (dakle u vrijeme prije nastanka mnogih terapeutskih škola i pravaca), na početku svoje opsežne knjige *The Technique of Psychotherapy*, dao sljedeću definiciju: »Psihoterapija je liječenje/tretman problema emocionalne prirode psihološkim putem, u kojemu educirana soba namjerno uspostavlja profesionalne odnose s pacijentom/klijentom u svrhu uklanjanja, modificiranja ili ublažavanja intenziteta postojećih simptoma te promjene poremećenih shema ponašanja kao i poticanja pozitivnoga rasta i razvoja ličnosti.«¹² Na pojam »educirane osobe« još ćemo se osvrnuti u ovom radu te ga smjestiti u europski i hrvatski kontekst.

Rad, regulativa i educiranje terapeuta danas se obavlja kroz nacionalne krovne udruge, od kojih su mnoge članovi Europskoga psihoterapijskog udruženja (*European Association for Psychotherapy – EAP*).¹³ Također se uvriježila i generalna podjela psihoterapijskih pravaca i to pod četiri vidika: 1) prema specifičnosti određenih psihoterapijskih škola i pravaca; 2) prema psihoterapijskim sustavima i sistemima; 3) prema psihoterapijskom okruženju (settingu); 4) prema terapijskom cilju. Nama je ovdje najzanimljivija prva podjela. Podjela koju slijedimo datira u 1994. godine, kada su Petruska Clarkson i Michael Pokorny definirali, slijedeći više-manje povijesne datosti, četiri glavne struje u psihoterapiji. Ta je podjela ostala aktualna do naših dana. To su: 1) psihoanalitičko-psihodinamska škola; 2) bihe-

¹⁰ Osnivanje *Society for the Exploration of Psychotherapy Integration* (SEPI) te njihove specijalizirane publikacije *Journal of Psychotherapy Integration* (1983.). Šire o povijesti nastanka i razvoja vidi: G. STRICKER, J. R. GOLD, *Psychotherapy integration: An assimilative, psychodynamic approach*, u: *Clinical Psychology: Science and Practice* (1996.)3, str. 47.-58.

¹¹ O obilja literature na tu temu izdajamo: J. PROCHASKA, J. NORCROSS, *Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis*, Stamford, 2006.

¹² Usp. L. WOLBERG, *The Tehnique of Psychotherapy*, file:///D:/Downloads/technique_of_psychotherapy.pdf, str. 20 (11. III. 2015.) Napomenimo da su izrazi liječenje/tretman i pacijent/klijent prilagodba autora ovoga članka, slijedom još uvijek nedefinirane hrvatske terminologije na ovom području.

¹³ <http://www.europsyche.org/> (11. ožujka 2015.) Kao ilustraciju napomenimo kako ova stranica navodi da u Hrvatskoj djeluje 80 licenciranih psihoterapeuta, što je dvostruko više nego brojem stanovništva sličnoj Slovačkoj 42, ali manje nego u Sloveniji 89 ili Srbiji 126.

vioralno-kognitivna škola; 3) humanističko-egzistencijalna škola; 4) integrativne psihoterapije.¹⁴

Karakteristike integrativnih psihoterapija

Pojaва i nagli razvoj integrativnih psihoterapija, počevši od osamdesetih godina prošloga stoljeća pa do danas, povlači za sobom logično pitanje – zašto se to dogodilo sada? U jednoj od vrlo utjecajnih knjiga na području teoretske podloge integrativne psihoterapija – *Handbook of Psychotherapy Integration* – jedan od autora, John Norcross, ovako je odgovorio na to pitanje: »Najmanje osam, međusobno interaktivnih faktora poticalo je razvoj integracije u posljednja dva desetljeća: 1) proliferacija terapija uz nedostatak empirijskih dokaza za superiornost neke škole ili pravca; 2) neadekvatnost samo jedne teorije i tretmana da adekvatno objasni i predvidi patologije i ponašajne promjene; 3) vanjska socioekonomska kretanja; 4) rast važnosti kratkoročnih, fokusiranih terapija; 5) mogućnost praćenja različitih tehnika, osobito kod težih poremećaja; 6) priznanje kako terapijske sličnosti uvelike pridonose poboljšanju i boljem ishodu; 7) identifikacija specifičnih terapijskih efekata i tehnika temeljnih na dokazima; 8) razvoj profesionalne mreže, udruženja, konferencija i časopisa koje se odnose na integrativne psihoterapije.«¹⁵

U kombinaciji različitih teorija i tehnika, proizašlih iz različitih škola i pravaca, može se govoriti o tri glavne teorijske postavke i pristupa, pod vidikom teoretske integracije, tehničkoga eklekticizma te zajedničkih čimbenika prisutnih u pojedinim pravcima. Daleko bi nas dovelo navođenje danas prisutnih integracija različitih škola i pravaca, no dovoljno je zapravo navesti jednu od najpoznatijih i najstarijih, a koju se često tako ne percipira. Radi se o kognitivno-bihevioralnoj školi koja je postala daleko više neko tek zbroj kognitivne i bihevioralne škole – ona se doista razvila u novi pravac sa svim navedenim karakteristikama. Ovdje svakako treba spomenuti i asimilativnu integraciju koja »najveći dio terapijskoga rada temelji na tradicionalnim psihoanalitičkim tehnikama, kao što su klarifikacija, konfrontacija, s obrambenim mehanizmima i otporima te interpretacija nesvjesnih konflikata i transfernih fenomena, ali isto tako često se događa da se u tretmanu koriste intervencijama iz kognitivne, bihevioralne ili iskustvene terapije.«¹⁶

¹⁴ Usp. P. CLARKSON, M. POKORNY, *The Handbook of Psychotherapy*, New York, 1994., str. 18.-24. Treba naglasiti i to da autori donose tri prva pravca zasebno, dok o integrativnim pravcima govore više pod vidom budućega razvoja psihoterapije.

¹⁵ Usp. J. NORCROSS, M. GOLDFRIED, *Handbook of Psychotherapy Integration*, New York, 2002., str. 5. Također: D. KOZARIĆ-KOVAČIĆ, *Integrativna psihoterapija*, u: D. KOZARIĆ-KOVAČIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.), *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., str. 268.

¹⁶ D. KOZARIĆ-KOVAČIĆ, *Integrativna psihoterapija*, str. 272.

S druge pak strane tehnički eklekticizam, iako ne poriče važnost teoretske podloge, ipak puno više pozornosti pridaje pragmatičnom i adoptivnom usvajanju određenih postupaka i terapija iz različitih izvora, usmjerenim klijentovim potrebama i kliničkoj slici koju pruža. Konačno, kod zajedničkih čimbenika misli se na mnoge zajedničke čimbenike kod raznih terapija koji se pojavljuju u odnosu terapeut-klijent/pacijent tijekom terapije, kao što su: kapacitet, postavljanje ciljeva, očekivanja, permanentno podržavanje i potkrepljivanje, struktura i granice, objašnjenje i interpretacija.

Ono što je vrlo karakteristično za integrativnu psihoterapiju svakako je i razvojno-odnosni model¹⁷, temeljen na konceptu razvijanja *selfa* u odnosu (*self-in-relationship*). Ovaj model očituje se u terapiji ponajviše u jedinstvenom i delikatnom razvijanju odnosa između terapeuta i klijenta/pacijenta, u kojem prvi ulaže svoje kvalitete kao terapeut dok drugi izgrađuje pozitivne promjene osobnosti i ponašanja u međusobnoj interakciji i utjecaju. Taj se odnos »odvija u određenom socijalnom, političkom, povijesnom i duhovnom kontekstu koji će utjecati na prirodu odnosa među osobama«¹⁸. Kod koncepta *selfa* u odnosu, *self* se shvaća kao nadređeni organizacijski princip osobnosti koji mu s jedne strane daje identitet i jedinstvenost dok je s druge strane to i most prema okruženju i ostatku društva. *Self* i okruženje vezani su i u stalnoj su međusobnoj interakciji koja se može izraziti kroz šest različitih područja. To su: 1) biološki – odnos *selfa* prema tijelu – utjelovljenje *selfa*; 2) intrapsihički – unutarnji, iskustveni svijet osobe, svojevrсни odnos *selfa* prema *selfu*; 3) interpersonalni – područje raznih odnosa s osobama iz okoline, osobito onih važnih u procesu privrženosti (*attachment*); 4) interkulturalni i kontekstualni – odnos i utjecaj društvenih kretanja kao što su socijalni, politički, kulturni, organizacijski itd.; 5) ekološki – odnos *selfa* prema fizičkoj okolini i prirodi; 6) transcendentalni – odnos *selfa* prema transpersonalnom i duhovnom svijetu. Ovdje se promatra kako čovjek traži šire značenje izvan svojega vlastitog iskustva te način na koji to može postići razvojem osobnoga duhovnog *selfa*.¹⁹ Upravo taj kapacitet i otvorenost integrativne psihoterapije prema duhovnoj dimenziji osobe postat će ključna da se ovaj pravac otvori rastu interesa prema duhovnosti i religioznosti u psihoterapiji koji postoji zadnjih dvadesetak godina.

¹⁷ Terapeutski odnos visoko je na ljestvici zajedničkih čimbenika većine psihoterapeutskih škola i pravaca. Štoviše, mnogi terapeuti iz psihoanalitičkih, a osobito psihodinamičkih pravaca, zbog veće učinkovitosti odustaju od samo analize klijentova/pacijentova stanja – uvriježena slika kauča gdje klijent/pacijent leži bez pravog kontakta s terapeutom – te se više otvaraju terapeutskom odnosu u suportivnom smjeru (*therapeutic holding and containment*).

¹⁸ K. EVANS, M. GILBERT, *An Introduction to integrative psychotherapy*, Kindle Edition

¹⁹ Usp. isto.

Duhovno i religiozno u integrativnoj psihoterapiji

Interese za duhovno i religiozno u integrativnoj psihoterapiji može se pratiti na više razina i u različitim smjerovima. Mi ćemo se ovdje zadržati na tri.

Prvi je općeniti interes za duhovno na način kako je to opisala Geri Miller u svojoj utjecajnoj knjizi *Incorporating spirituality in counseling and psychotherapy* gdje se duhovnost promatra kao snaga, vitalizirajuća i pokretačka energija predstavljena u slikama daha, vjetra, hrabrosti i snage te prakticirana u tehnikama molitve, meditacije i duhovne imaginacije. Budući da se duhovnost uzima tako široko, postoji rizik da ona i kod terapijskih intervencija ostane nedorečena. To se događa čak i kod intervencija tipa »pomoći klijentu razviti njegov duhovni identitet«²⁰ jer se do kraja ne objašnjava na što se taj identitet naslanja ili što mu je konačno ishodište. Zato ovakvo shvaćanje integriranja duhovnosti u psihoterapiju²¹, iako je dobro došlo, krije u sebi rizik tek pomodarskoga zanimanja, bez pravoga teološkog utemeljenja.

Drugi, teoretski utemeljeniji pravac, koji integrativna psihoterapija dijeli s humanističkim pravcima jest ja – ti (*I – Thou*), dijaloško uključanje bazirano na knjizi *Ich und du* Martina Bubera.²² Naime, ako se dublje uđe u Buberovu misao²³, vidljivo je da je, »slično kao i drugi mislioci, kao što su protestanski teolog Paul Tillich te katolički egzistencijalist Gabriel Marcel, Buber bio protivan ideji Boga kao 'objekta ljudskoga iskustva'«²⁴. Buber je razvio »dijalektički« pristup koji je najvidljiviji u distinkciji između ja – ti (*I-Thou*) te ja-ono (*I-it*) koncepta gdje određenu osobu, s

²⁰ Usp. G. MILLER, *Incorporating spirituality in counseling and psychotherapy*, Hoboken, 2003., str. 141.-150.

²¹ Zanimanje za duhovnost u psihoterapiji i psihijatriji možemo zapaziti i u nas. Vidi: Hrvatski institut za duhovnu psihijatriju HIDP, <http://www.hidp.hr/> (3. IV. 2015.) Na psihoterapeutskoj sceni važnost duhovnosti ponajprije naglašava logoterapija, već i zbog svojih teorijskih postavki, odnosno Franklove antropologije koja se zasniva na trojstvu: duhovnost, odgovornost i sloboda. Usp. Ž. PULJIĆ, Franklova logoterapija – liječenje smislom, u: *Društvena istraživanja* 14(2005.)4-5, str. 893. Vidi i: Kongres logoterapije u Hrvatskoj, <http://www.logoterapija.com/archives/1465> (17. VI. 2015.)

²² Danas postoji tomu posvećen dio Buberovih sabranih djela: M. BUBER, *Werkausgabe: Schriften zur Psychologie und Psychotherapie*, München, 2008.

²³ Buberovo stalno zanimanje za psihologiju i psihoterapiju vidljivo je u kritici Freuda (ponajviše kritikom Povijesti jedne iluzije i Mojsija), stalnim kontaktom s Jungom, ali u našem kontekstu važna su Buberova predavanja pedesetih godina na Washingtonskoj školi za psihologiju, te njegov kontakt s Carlom Rogersom kao i posredni utjecaj na humanistički orijentirane terapijske pravce. Šire o tom: J. BUBER AGASSI (ur.), *Martin Buber on Psychology and Psychotherapy: Essays, Letters, and Dialogue*, New York, 1999.

²⁴ N. WATSON, Martin Buber's I and thou: Implications for Christian psychotherapy, u: *Journal of Psychology and Christianity* 25(2006.)1, str. 37.

kojom sam u interakciji, doživljam kao objekt (*it*). Upravo suprotno, prvi se koncept referira na autentičnom susretu s drugim, drugim koji postaje Drugi (*Thou*). Taj Drugi nije objekt jer, kada se susreće nekoga u ja – ti/Drugi odnosu, događa se međusobni susret obostrane ljubavi i reciprociteta u dubini bića. To je srce judeo-kršćanske tradicije koja, po Buberu, uči da »kad god dijalogiziraš s drugim ljudskim bićem, ti u isto vrijeme participiraš na odnosu s Bogom«²⁵.

Konačno govor o trećem pravcu, koji možemo nazvati i teističkim, dobro je započeti s knjigom *Spiritual Strategy for Canceling and psychotherapy* autorskoga dvojca Scotta Richardsa i Allena Bergina. Oni, za razliku od Millerove, drugačije definiraju duhovnost, a jasno je razlikuju i od religioznosti. Dovodeći pojam duhovnosti u vezu s dušom i s Bogom, oni dalje nastavljaju: »Ovakve definicije dobre su za početak, ali one nisu dovoljne da bi prenijele naše razumijevanje riječi 'duhovno'. Pod duhovnim mi također podrazumijevamo ona iskustva, vjerovanja i fenomene koji se odnose na transcendentalni i egzistencijalni aspekt života (npr. Bog ili Viša Sila, svrha i smisao života, patnja, dobro i zlo, smrt, itd.)«; (...) »izrazi religiozno i duhovno povezani su, ali se mogu razlikovati jedan od drugoga na više razina. Religioznost ima tendenciju pripadanja određenoj denominaciji, vanjskomu, kognitivnomu, bihevioralnomu, ritualnomu, javnomu. Duhovno ima tendenciju univerzalnomu, ekumenskomu, unutrašnjemu, afektivnomu, spontanomu i privatnomu. Moguće je biti religiozan, a da se ne bude duhovan i duhovan bez da se bude religiozan.«²⁶

Ovakvo, jasnije shvaćanje duhovnosti i religioznosti, pod pozitivnim svjetlom mnogih kliničkih ispitivanja, otvorilo je vrata i onom što je prozvano kršćanskim pristupom (integrativnoj) psihoterapiji. Naime još 1977. godine pojavila se knjiga Paula Vitza, pod nazivom Psihologija kao religija.²⁷ Danas se P. Vitz smatra jednim od utemeljitelja kršćanske psihologije u SAD-u.²⁸ Kao što smo rekli, nekoliko godina nakon izlaska navedene knjige pojavio se golem rast interesa prema duhovnosti i religioznosti u psihologiji i psihoterapiji, što je utjecalo na količinu i kvalitetu znanstvenih radova i istraživanja te na nastanak sve brojnijih organizacija u svijetu koje se bave tim područjem. Vrlo je zanimljiva činjenica da je taj razvoj tekao istovreme-

²⁵ Isto, str. 38.

²⁶ S. RICHARDS, A. BERGIN, *Spiritual Strategy for Canceling and psychotherapy*, Washington, 2012., str. 12.-13.

²⁷ Njezin je autor početno bio ateist te je predavao je humanističku psihologiju na Sveučilištu Stanford, no kada je s vremenom postao kršćanin, napisao je knjigu koja sadrži kritičke primjedbe prema određenim aspektima psihologije. Kao obraćenik autor je to svoje djelo koncipirao i donekle apologetski. Knjiga je prevedena i na hrvatski. Vidi: P. VITZ, *Psihologija kao religija*, Split, 2011.

²⁸ Kasnije je nadopunio svoja istraživanja knjigom *Sigmund Freud's Christian Unconscious*, New York, 1988.

no i o sebi međusobno neovisno, te se to događalo u različitim dijelovima svijeta, početno bez ikakve razmjene informacija. No, kao što dobro primjećuju autori knjige *Integrative Psychotherapy: Toward a Comprehensive Christian Approach* potrebno je biti oprezan u izbjegavanju dvaju ekstrema: prvi je pobjedonosno zaključivanje kako se konačno otkrio jedini i ispravan put integracije kršćanstva i psihoterapije dok je drugi ekstrem još uvijek prisutna velika bojazan i odbacivanje psihoterapije, pa bila ona i kršćanski integrativna, među mnogim pripadnicima raznih kršćanskih denominacija.²⁹

Dosezi i praktična primjena kršćanske psihoterapije

Na osnovu istraživanja danas se može tvrditi da je kršćanski utemeljena psihoterapija jednako učinkovita kao i drugi oblici psihoterapije³⁰, a u određenim je slučajevima čak i učinkovitija, osobito u terapiji religioznih osoba, te u liječenju depresije.³¹ Uz depresiju, u literaturi nalazimo potvrđeno korištenje duhovnosti u terapijama seksualnoga zlostavljanja³², manično-depresivnoga poremećaja³³, ovisnosti³⁴, anksioznosti, stresa, poremećaja uzimanja hrane.

Isto tako duhovne intervencije zastupljene su u raznim oblicima liječenja: u individualnoj terapiji,³⁵ grupnoj terapiji, bračnoj i obiteljskoj terapiji³⁶ te u terapiji djece

²⁹ M. McMINN, C. CAMPBELL, *Integrative Psychotherapy: Toward a Comprehensive Christian Approach*, Madison, str. 32. Ovdje je dobro zamijetiti da je i u nas prevedena knjiga, Teorija i praksa psihološkog savjetovanja i psihoterapije, upravo govoreći o integrativnim pravcima u modernoj psihoterapiji donosi poglavlje pod naslovom Integracija duhovnih/religioznih pitanja u savjetovanju. Vidi: G. COREY, *Teorija i praksa psihološkog savjetovanja i psihoterapije*, Jastrebarsko, 2004., str. 461.-463.

³⁰ N. WADE i dr., Effectiveness of religiously tailored interventions in Christian therapy, u: *Psychotherapy Research* 17(2007.)1, str. 91.-105.

³¹ R. PROBST i dr., Comparative efficacy of religious and nonreligious cognitive-behavioral therapy for the treatment of clinical depression in religious individuals, u: *Journal of Consulting and Clinical Psychology* (1992.)60, str. 94.-103.; R. HAWKINS i dr., Secular versus Christian inpatient cognitive – behavioral therapy programs: Impact on depression and spiritual well-being, u: *Journal of Psychology and Theology* 27(1999.)1, str. 309.-318.

³² N. MURRAY-SWANK, K. PARAGMENT, An empirically-based rationale for a spiritually-integrated psychotherapy, u: *Mental Health, Religion and Culture* 8(2005.)3, str. 155.-165.

³³ K. RAAB, Manic depression and religious experience: The use of religion in therapy, u: *Mental Health, Religion and Culture* 8(2005.)5, str. 473.-487.

³⁴ M. GALANTER, Spirituality and recovery in 12-step programs: An empirical model, u: *Journal of Substance Abuse Treatment* 33(2007.)1, str. 265.-272.

³⁵ S. RICHARDS, A. BERGIN, *Spiritual Strategy for Canceling and psychotherapy*, Washington, 2012.

³⁶ M. BUTLER, J. HARPER, The Divine Triangle: God in the Marital System of Religious Couples, u: *Family Process* 33(1994.)3, str. 277.-286.

i mladih. Također su prisutne u raznim psihoterapeutskim školama i pravcima kao što su: psihoanalitička škola³⁷, kognitivno-bihevioralna terapija³⁸, racionalno-emozivna terapija ponašanja³⁹. Sve se više vodi računa i o različitosti klijenata pod religioznim i duhovnim vidikom, tako da je duhovna perspektiva uključena u liječenje raznih, multikulturnih i specifičnih populacija klijenata.⁴⁰

Uz navedenu literaturu, koja na teoretskoj i praktičnoj razini pokazuje dobre rezultate ovakvih terapija, mi ćemo se ovdje kratko osvrnuti i na jedan praktičan primjer koji je nastao u Europi te također pokazuje dobre rezultate. Radi se o integrativnoj psihoterapiji s kršćanskim pristupom, koja je osmišljena od psihologa i psihoterapeuta u Poljskoj, a također koristi znanstveni rad i iskustvo stranih udruga. Identificira se s jednim od psihoterapijskih meta-temelja, predstavljenoga od Europskoga pokreta kršćanske psihologije i antropologije:⁴¹ »Terapeut koji koristi kršćanski pristup u psihoterapiji, uzimajući u obzir razvoj specifičnih ciljeva, metoda i željenih efekata sukladno sa kršćanskim uvjerenjima. Taj je model psihoterapijske prakse razvijen i provjeren, koristeći iste znanstvene metode koje se koriste u drugim psihoterapijskim pristupima, ali uzimajući u obzir činjenicu da nam Bog daje i razum, i otkupljenje/spasenje. Psihoterapeut daje slavu Bogu, ali također priznaje vrijednost znanstvene evaluacije. Vjeruje Bogu, ali i ljudskomu razumu također.«⁴²

Integrativna psihoterapija s kršćanskim pristupom razlikuje tri razine integracije: 1. integrativnost na razini koncepta čovjeka – antropološki temelji/pretpostavke; 2. integrativnost na razini psihoterapijske prakse – metoda terapijskoga rada; 3. unutarnja integracija terapeuta (time i njegove duhovnosti).⁴³

Na prvoj razini – shvaćanje čovjeka, integrirajući ulogu odigrava kršćanska antropologija i koncept osobe. Blizak joj je personalizam, rad sv. Tome Akvinskoga, Stefana Świeżawskoga i Karola Wojtyły. U psihoterapijskoj praksi kao pomoć služi model osobe u odnosu s Bogom, tzv. »automobil«, osmišljen od najistaknutije

³⁷ E. SHAFRANSKE, Religious involvement and professional practices of psychiatrists and other mental health professionals, u: *Psychiatric Annals* 30(2000.)8, str. 525.-532.

³⁸ R. PROPST i dr., Comparative efficacy of religious and nonreligious cognitive-behavioral therapy for the treatment of clinical depression in religious individuals, str. 94.-103.

³⁹ S. NIELSON i dr., *Counseling and Psychotherapy With Religious Persons: A Rational Emotive Behavior Therapy Approach*, Mahwah, New Jersey, 2001.

⁴⁰ T. SMITH, P. RICHARDS, *The integration of spiritual and religious issues in racial-cultural psychology and counseling*, New York, 2005.

⁴¹ *European Movement for Christian anthropology, psychology and psychotherapy* (EMCAPP), <http://www.emcapp.eu/> (17. III. 2015.)

⁴² Deklaracija EMCAPA – svibanj 2006., <http://www.emcapp.eu/> (17. III. 2015.)

⁴³ Usp. Informator SPCh, Psychoterapia integratywna w podejściu chrześcijańskim, Warszawa, 2009.

predstavnice ovoga pokreta Anne Ostaszewskie.⁴⁴ Integrativnost se ovdje shvaća kao integriranost emocionalnoga, kognitivnoga, voljnoga, fiziološkoga, bihevioralnoga i duhovnoga područja. Duhovnost je shvaćena u kršćanskom smislu, kao odnos ljudske osobe s osobom Boga. Također su ugrađeni i temeljni elementi psihodinamskoga i kognitivno-bihevioralnoga pristupa, no uzeta su u obzir i dostignuća drugih psihoterapijskih škola. Budući da je osoba cjelina, nastoji se oko uključivanja svih dimenzija njezine egzistencije. Sam terapijski odnos vrlo je bitan, a naglašava se i profesionalnost, znanje i umijeće psihoterapeuta, kao i njegova vlastita samosvijest i unutarnji integritet, koji obuhvaća i duhovnu dimenziju. Cilj integrativne psihoterapije, s kršćanskim pristupom, jest liječenje i pomoć u razvoju cjelokupne osobe.

Zaključak

Uzajamni odnos razgranate psihoterapeutske scene tijekom njezina, prilično burnoga, razvoja i sazrijevanja, i kršćanskoga (katoličkoga) teološkog promišljanja te pastoralnoga zauzimanja za čovjeka obilježeno je dvjema suprotnim tendencijama. S jedne strane postojala je dugogodišnja pritajena ili otvorena povijest napetosti i nerazumijevanja, sve do otvorenih sukoba dok je, s druge strane, osobito od strane pastoralnoga, postojao i velik interes za rezultate istraživanja i metode rada psihologije i psihoterapije, sve do uvođenja posebnih kolegija, pod imenom pastoralna psihologija, u kurikulume pastoralne teologije. S druge strane, psihoterapiji su bila potrebna desetljeća, gotovo cijelo stoljeće, da nadvlada »obrambeni mehanizam« početnoga nijekanja ili odbacivanja ljudske religioznosti te da, kroz različite škole i terapijske pristupe, integrira ovu religioznost i duhovnost kao sastavnicu ljudskoga bića. Nije slučajno da je to išlo usporedno s nastankom i razvitkom integrativnoga pravca psihoterapije koji, nastojeći imati cjelovit pristup ljudskoj osobi, nije mogao zanemariti ovu važnu postavku ljudske osobe. Teoretske postavke integrativne psihoterapije omogućit će ne samo uvažavanje religioznih uvjerenja i duhovnih potencijala pojedinoga klijenta/pacijenta, već i onih koje posjeduje terapeut, kako dobro primjećuju K. Evans i M. Gilbert: »Apsurdno je tvrditi da psihoterapeut može staviti postrance vlastite vrijednosti, koje ponekad mogu biti neposredno izražene, ali su uvijek implicitno prisutne u njegovu ponašanju i stavovima.«⁴⁵

Nismo ljudska bića koja imaju duhovno iskustvo. Mi smo duhovna bića koja imaju ljudsko iskustvo. Ovom poprilično poznatom izrekom, pripisanom Theilhardu de Chardinu, isusovačkom teologu, antropologu i geologu, želimo zaključiti ovaj čla-

⁴⁴ Usp. A. OSTASZEWSKA, Wzmacnianie osoby w terapii zaburzeń osobowości, u: W. S. TOKARSKI (ur.), *Osoba, osobowość, zaburzenia osobowości*, Płock, 2006., str. 35.-58.

⁴⁵ K. EVANS, M. GILBERT, *An Introduction to integrative psychotherapy*, Kindle Edition

nak u kojem smo nastojali pokazati kako se ljudska osoba, a onda i njezino unutrašnje iskustvo, ponašanje i doživljavanje, ne može do kraja razumjeti ako ne uključimo i duhovnu dimenziju, dosljedno, ukoliko je osoba kršćanin, i njezinu kršćansku dimenziju. U psihoterapijskoj literaturi desetljećima su termini duhovnost i religioznost uzimani sa skepsom i oprezom jer su pojedine psihoterapeute, kako teoretičare tako i praktičare, više ili manje podsjećali na Freudov zaključak o religiji kao iluziji. Ukoliko ih se nije izravno izbjegavalo, bili su više predmet za raspravu ili rubna razmišljanja, nego poticaj za svrsishodno korištenje po principu većega dobra za klijenta/pacijenta. Ipak, većim zanimanjem za ovo područje u zadnjih dvadesetak godina utvrđena je i dosljedna povezanost obaju pojmova sa psihičkim zdravljem⁴⁶ te su ponuđeni i različiti pristupi koji uključuju duhovnost i religioznost u psihoterapiji. Takva je psihoterapija na teoretskoj razini integrativna, ekumenska te vodi računa o specifičnim konceptima religiozne pripadnosti. Praktično, to daje mogućnost postavljanja duhovno-religioznih pitanja tamo gdje je to potrebno, služeći se jezikom i intervencijama koji iskazuju poštovanje prema klijentovu/pacijentovu duhovnom i religioznom kontekstu. K tomu, duhovno-religiozni pristup liječenja daje mogućnost veće dosljednosti prema klijentovu/pacijentovu sustavu vrijednosti te korištenja duhovno-religioznih načina nošenja s poteškoćama, načela koja su već prisutna u klijentovu/pacijentovu svjetonazoru.

⁴⁶ K. HAROLD (ur.), *Handbook of religion and mental health*, San Diego, 1998., str. 21.

PERSPECTIVES OF COOPERATION BETWEEN INTEGRATIVE PSYCHOTHERAPY AND PASTORAL PRACTICE

Antun Volenik*

Summary

In the feature article »Perspectives of Cooperation Between Integrative Psychotherapy and Pastoral Practice,« the author, Antun Volenik, explains the history and main characteristics of integrative psychotherapy as one of many psychotherapeutic schools that exist on the modern therapeutic scene. This scene is characterized by dissatisfaction with single-school approaches and a concomitant desire to look beyond school boundaries to see what can be learned from other methods of conducting psychotherapy. The goal is to enhance the effectiveness and efficiency, and more benefits for the client/patient. Although it is based on clinical practices in the USA and the UK, this article also makes references to European sources, including Croatia. In the first part of the article, the author presents a brief history and the development of psychotherapy and its schools and movements, as well as the main characteristics of integrative psychotherapy. The main topic of the second part of the article are possibilities and restrictions for the integration of spirituality in general into the therapeutic process, and more specifically the Christian spirituality.

Keywords: Psychotherapy – history; integrative psychotherapy; spirituality and psychotherapy; Christian psychotherapy

* Dr. sc. Antun Volenik, Faculty of Philosophy of the Society of Jesus in Zagreb, University of Zagreb – Croatian Studies, Jordanovac 110, 10000 Zagreb, Croatia, voleniks@gmail.com